



Информирование

Телефона доверия –

шаг к безопасности ребенка

Методическая шпаргалка. «Информирование телефона доверия - шаг к безопасности ребенка!» - стр.12, Кызыл, 2022г.

Методическая шпаргалка «Информирование телефона доверия - шаг к безопасности ребенка!» составлена для педагогов-психологов, социальных педагогов, классных руководителей, специалистов субъектов профилактики, общественных воспитателей, родителей, волонтеров и для наставников, закрепленных за несовершеннолетними, находящимися в трудной жизненной ситуации по информированию работы детского телефона доверия.

Надеемся, что шпаргалка пригодится вам для организации цикла просветительских мероприятий по повышению осведомленности детей, молодежи, родителей о деятельности Детского телефона Доверия как эффективного способа получения экстренной психологической помощи

**Стилистика, орфография и пунктуация
оставлены в авторском варианте**

II линия Всероссийского детского «Телефон доверия» Министерства образования и науки Республики Тыва для детей, подростков, молодежи и их родителей работает больше 20 лет. Служба была организована по инициативе Правительства Республики Тыва и утверждена Постановлением от 14 мая 2002 г. № 283 п.7 «О создании экстренной психологической службы «Телефон доверия» для детей, подростков и молодежи. В соответствии с Федеральным законом от 10 декабря 1995 г. № 195-ФЗ создание центров экстренной психологической помощи по телефону относится к полномочиям субъектов Российской Федерации.

В 2008 году служба Телефона доверия вступила в Международную ассоциацию «Детских телефонов доверия». В декабре 2010 года служба получила сертификат на соответствие деятельности телефона доверия для детей, подростков, молодежи и их родителей стандартам профессионального объединения «Ассоциация детских телефонов доверия» 2-го уровня от Национального фонда защиты детей от жестокого обращения г. Москва. К Общероссийскому детскому телефону доверия под номером 8-800-2000-122 линия Министерства образования и науки подключили в 2010 году.

Также Детский телефон доверия Республики Тыва работает по соглашению с Фондом поддержки детей, находящихся в трудной жизненной ситуации, в лице председателя правления Фонда Гордеевой Марины Владимировны от 21.08.2015 № 5

Как и на всех линиях общероссийского детского телефона доверия на второй линии телефона доверия МОиН РТ работают дипломированные психологи, которые прошли курсы повышения квалификации в Алтайском государственном университете по программе «Обучение супервизоров Детского телефона доверия»(72ч) и «Подготовка специалистов детских телефонов доверия подключенных к единому номеру»(72ч). Есть консультанты, которые прошли курсы повышения квалификации больше 500ч.

Основная цель деятельности телефона доверия - профилактика случаев жестокого обращения с детьми, профилактики суицида, создание условий для нормального личностного развития детей и подростков, соблюдения их прав. **Основные принципы службы** — бесплатность, конфиденциальность и анонимность звонящего.

Служба **телефона доверия** помогает детям и родителям чувствовать себя более защищёнными. У каждого в жизни периодически возникают ситуации, в которых трудно разобраться самому. Если ТЫ попал в трудную ситуацию, если у ТЕБЯ проблемы во взаимоотношениях с родителями или одноклассниками, если у ТЕБЯ есть секреты, о которых ты боишься рассказать взрослым, если ТЕБЯ не понимают окружающие или ТЕБЕ не с кем поделиться своими проблемами, можешь позвонить на единый **телефон доверия - 8 800 2000 122.**

Все, что ты скажешь, услышит только консультант детского телефона доверия!

бесплатно с любого номера
круглосуточно
анонимно

Детский телефон доверия для детей, подростков и их родителей **8-800-2000-122**



Сегодня телефонам доверия для детей и подростков отведена особая роль, и на то существует несколько причин:

- Во-первых, эти службы становятся индикатором раннего выявления неблагополучия ребенка, а, следовательно, позволяют вовремя принять меры для ликвидации неблагоприятных последствий - от конфликтов в семье и школе до попыток побегов из дома и самоубийств.
- Во-вторых, детский телефон доверия является одним из каналов, по которому ребенок может заявить о нарушении своих прав, не прибегая к помощи родителей и взрослых, от которых он зависит.
- В-третьих, анонимное общение по детскому телефону доверия уже является видом помощи подростку в случае, когда у него потерян контакт с родителями и сверстниками. Консультант проживет вместе с ним сложную ситуацию, разделит и облегчит непонимание окружающих и, тем самым, поможет преодолеть чувство одиночества.
- В-четвертых, детский телефон доверия дает возможность всем членам семьи в сложный период выйти из кризиса, не причинив вреда ребенку.

Международная практика

Каждый год в России 17 мая отмечают Международный день детского телефона доверия. Главная цель данного празднования - привлечь внимание как можно большего количества людей к необходимости решения проблем детей. Ведь часто взрослые не придают значения тому, что у ребенка могут возникать трудные ситуации, аргументируя это тем, что у детей в принципе серьезных проблем не бывает. Однако это совершенно не так, и практика показывает обратное. Стоит отметить, что инициатива создать такой особый праздник принадлежит Child Helpline International (Международному объединению детских телефонов доверия), официально признанному Комитетом по правам ребенка в ООН. Интересен и тот факт, что в данное сообщество входят 150 стран мира, в том числе и Россия.

17 мая Международный День Детского Телефона Доверия



ВЫ МОЖЕТЕ ПОГОВОРИТЬ:

- об отношениях с родителями и учителями ...
- о дружбе и первой любви ...
- о своей жизни и проблемах ...
- о жестоком обращении с тобой и сверстниками ...

**ТЕЛЕФОН
ДОВЕРИЯ**
ДЛЯ ДЕТЕЙ, ПОДРОСТКОВ
И ИХ РОДИТЕЛЕЙ

“Что мешает людям принять помощь психолога?”

- **Ложные установки!** Думают, что обращаться за помощью – это признак слабости и глупости. Странно, что никто не считает слабостью или глупостью обращение за помощью к профессиональному юристу, врачу, стоматологу, портному или парикмахеру. (Душа человека не менее значима, чем тело, зубы, внешний вид! Способность признать наличие проблемы и предпринять шаги для ее решения с помощью специалиста – показатель интеллекта и душевной силы)
- **Думают, что психолог – для больных и «психов».** (Психологи работают только со здоровыми людьми)
- **Считают, что раскрывать свои чувства стыдно.** (По телефону есть возможность рассказать обо всем, что тревожит, и получить профессиональную помощь, оставаясь неузнанным).
- **Не умеют разговаривать о своих чувствах, думают, что никто не сможет понять их проблемы.** (Психолог поможет выразить чувства, облегчить эмоциональное состояние, профессионально разберется в проблеме)
- **Боятся говорить о своей проблеме, так как это очень больно.** (Когда проблема решена боль уходит. Но если избегать решения проблемы, то боль может стать хронической).
- **Боятся, что психолог начнет «воспитывать» и «учить жить».** (Нет, не будет. Задачи психологического консультирования в другом: помочь разобраться в себе, показать возможность выбора, наметить пути выхода из проблемной ситуации, предоставить психологическую информацию).
- **Не знают, считать ли свою проблему настолько серьезной, чтобы обращаться к профессиональному психологу.** (Иногда то, что кажется пустяком, на самом деле может быть проявлением очень серьезной проблемы. Иногда то, что кажется ужасным и неразрешимым, может решиться с помощью специалиста довольно легко)

Психолог поможет разобраться, насколько серьезна и глубока проблема. Ну, а если вы ошиблись, и ваша проблема является простой и легкой или она вообще не относится к психологической, — ничего страшного в этом нет. Зато вы точно будете знать, что теперь делать дальше.

Здравствуй! Давай знакомиться!

МЫ – ДЕТСКИЙ «ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ»...



Тебя никто не понимает?

*Ты не можешь найти общий язык со сверстниками,
хочешь подружиться с кем-то и не знаешь,
как это сделать?*

*Попал в трудную ситуацию, тебя втягивают в
дурную компанию?*

Тебя незаслуженно обидели, унизили?

Тебе хочется поговорить о своей первой любви?

**Сделай первый шаг! Набери номер
«Телефона Доверия»**

Линия для детей и подростков

8-800-2000-122

Мы на расстоянии звонка...

Алло!
Телефон доверия.
Я Вас слушаю...

Здравствуйте ребята! Меня зовут... (Ответное знакомство с участниками)

Хочу с вами поделиться информацией о том, что в каждом городе есть Детский телефон доверия, который работает круглосуточно. Детский телефон доверия – это служба психологической помощи детям и подросткам, а так же их родителям.

Бывает так, что не хочется обсуждать свои трудности с друзьями или близкими людьми, но желание разделить свое состояние присутствует, не даёт покоя. Он создан для того, что бы ребенок или подросток в трудных для него ситуациях мог обратиться за помощью, обсудить свои проблемы, посоветоваться. В службе работают опытные психологи, которые помогут тебе найти решение возникшей в твоей жизни проблемы, с которыми ты не всегда можешь справиться сам. **Разговор с опытным специалистом может помочь:**

- преодолеть плохое настроение и грусть;
 - разобраться в отношениях с родителями, одноклассниками или учителями;
 - лучше понять свои чувства и желания;
 - обсудить личные проблемы, которыми вы не хотели бы делиться с близкими людьми.
- Звонок анонимный (ты можешь не сообщать свое имя), бесплатный и конфиденциальный (содержание разговора не разглашается). При этом телефонный номер абонента не фиксируется; содержание беседы не записывается, и не передается другим людям. Если вы решите позвонить на Детский телефон доверия, прежде всего надо взять телефон и набрать номер **8-800-2000-122...** Далее есть несколько вариантов. Можете прямо рассказать о том, что вас беспокоит. Либо от лица вашего друга (подруги) можете пересказать ситуацию, как будто это произошло с кем-то другим, а Вы просто поддерживаешь друга и помогаете ему. Ведь говорить о ситуации, случившейся не с Вами, часто бывает легче, чем делиться личными переживаниями.
- Наверное, у вас сейчас возникли мысли: «По каким же вопросам можно обратиться к специалисту на Детский телефон доверия?»

Например, это могут быть следующие запросы:

- Когда не знаешь, как вести себя в тех или иных ситуациях.
- Очень нравится девочка или мальчик, и ты не знаешь, как привлечь ее (его) внимание.
- Произошел конфликт с кем-то из старших и в связи с этим тревога не покидает тебя.
- В школе проблема с учителями.
- Родители не понимают, и ты не знаешь, как себя с ними вести и заслужить их уважение и понимание.
- Ссора с другом (подругой).
- Обидели в школе (на улице, дома).
- Когда больше не хочется никого видеть и ни с кем общаться.
- Друг курит (употребляет алкоголь или наркотики); как помочь ему избавиться от этой зависимости? К кому обратиться за помощью?
- Ты попал в безвыходную ситуацию.
- Какую профессию выбрать и кем стать в будущем.

По этим и по многим другим волнующим Тебя вопросам можно обратиться к специалистам «Детского телефона доверия».



«Мы все ценим профессиональное качество в вещах, в причёске, в игре актёров, в работе повара, журналиста, врача и т. д. Может быть, нам стоит уже приучиться к тому, что наша душа тоже достойна профессионального участия? Обращение за помощью к профессионалу — это не признак слабости, а признак культуры, в данном случае психологической».

«Телефон доверия - это скорая помощь для души. Когда со здоровьем очень плохо, вы вызываете „скорую помощь“, а потом проходите курс лечения у врача. Когда из-за постоянных конфликтов в семье на душе очень плохо, вы можете позвонить по телефону экстренной психологической помощи (ТЭПП). Все это бесплатно.

Чем психолог отличается от врача? Врач лечит больных, а психолог работает со здоровыми людьми.

Позвоните на телефон доверия, если у вас проблемы. Если вы чувствуете, что „бегаете по кругу“, то есть:

- *проблемы не разрешаются, несмотря на все ваши старания;*
- *если вы вновь и вновь попадаете в одни и те же проблемные ситуации, хотя стараетесь, чтобы этого не случилось.*

Психологи помогут проанализировать ситуацию, объяснят психологические закономерности, помогут найти выход.

Звоните, если хотите разобраться в себе или что-то изменить. Работа над собой всегда сложна и увлекательна одновременно.

Иногда то, что кажется пустяком, на самом деле может быть проявлением очень серьёзной проблемы. Иногда то, что кажется ужасным и неразрешимым, может решиться с помощью специалиста довольно легко. То есть в ходе общения вы сами можете найти выход в проблемной ситуации.

Если вы сомневаетесь, лучше сразу обратиться к психологу телефона доверия, тем более что это можно сделать бесплатно и не выходя из дома.

Консультанты службы "телефона доверия" не претендуют на всеисилie, они лишь могут оказать психологическую помощь, дать рекомендации. Но в более сложных случаях дается направление в иную, более компетентную инстанцию. То есть телефон доверия оказывает также информационную поддержку

Рекомендации для родителей

8-800-2000-122 - Единый телефон доверия для детей и подростков

Единый телефон доверия для детей, подростков и их родителей оказывает консультативно психологическую помощь детям и родителям с целью укрепления семьи, профилактики семейного неблагополучия, стрессовых и суицидальных настроений детей и подростков, защиты прав детей.

Сотрудники службы телефона доверия окажут эмоциональную поддержку и помощь родителям в нахождении способов психологической помощи детям, пережившим травмирующее событие, и в восстановлении повседневной жизни семьи и образовательного процесса.

Телефон доверия работает на всей территории Российской Федерации, днем и ночью, 24 часа в сутки. Звонок может быть осуществлен с любого телефона и является **бесплатным**. При этом звонящий имеет право не называть свое имя, а содержание беседы останется абсолютно конфиденциальным.

В разговоре с абонентом психолог всегда исходит из того, что человек имеет право быть таким, какой он есть. Специалисты Единого телефона доверия никогда и никого не осуждают, не критикуют и не учат жизни.

Родителям важно объяснить ребенку!

Не отвлекать психологов Единого телефона доверия шуточными звонками и звонками-розыгрышами. Возможно, когда он баловством будет занимать телефонную линию, кто-то очень нуждающийся в эту минуту может не получить помощи и поддержку....!



Притча

Четыре свечи спокойно горели ... Было тихо, что слышалось, как они разговаривают. Первая сказала: «Я-спокойствие. Люди не умеют меня сохранить.» И огонёк свечи погас. Вторая сказала: «Я-вера, я никому не нужна. Люди не хотят слышать обо мне.» Подул лёгкий ветерок и загасил свечу. Опечалившись, третья свеча произнесла: «Я-любовь. Люди не ценят меня.» И эта свеча угасла. В комнату вошёл ребёнок, испугавшись темноты, он заплакал. Тогда четвёртая свеча сказала: «Не плачь. Пока я горю, всегда можно зажечь другие свечи: я –надежда»



Данная методическая разработка предназначена для распространения информационного материала о службе детского **телефона доверия**.

Телефон доверия оказывает круглосуточную психологическую помощь человеку любого возраста с любой личностной проблемой. Если помощь в разрешении данной проблемы не входит в компетенцию психолога, то консультант может рекомендовать, куда именно обратиться за адресной помощью, то есть **телефон доверия** оказывает также информационную поддержку.

